

**Аннотация**  
**к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей**  
**программе «ОФП: Пулевая стрельба»**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «ОФП: Пулевая стрельба» составлена в соответствии с Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», приказом Министерства спорта РФ от 27.12.2013 № 1125 «Особенности организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта», Санитарно-эпидемиологическими требованиями 2.4.4.3172-14, утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 №41, Уставом МБОУДО «Дворец спорта «Олимп», Положением о порядке разработки и утверждения дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в МБОУДО «Дворец спорта «Олимп».

**Направленность Программы:**

Физкультурно-спортивная.

**Программа разноуровневая.**

Реализуется на стартовом, базовом и продвинутом уровнях. Стартовый уровень - первый год обучения, базовый уровень - со второго по четвертый год обучения, продвинутый уровень - с пятого по восьмой года обучения.

**Цели Программы:**

- развитие мотивации к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- оздоровление учащихся путём повышения их физической подготовленности;
- пропаганда здорового образа жизни.

**Задачи Программы:**

*Обучающие (предметные):*

- помочь овладеть комплексом физических упражнений с оздоровительной направленностью;
- обучить приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;
- обучить жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- обучить правильному выполнению упражнений;
- сформировать знания о способах общей физической подготовки; развития силы, гибкости, ловкости, выносливости.

### *Метапредметные:*

- способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм;
- целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка;
- развить, разработать и укрепить различные группы мышц;
- расширить спортивный кругозор детей.

### *Личностные:*

- воспитать понимание дружного сплоченного коллектива;
- воспитывать культуру поведения;
- прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- воспитать потребность в здоровом образе жизни;
- пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

### **Структура учебного предмета:**

- теоретическая подготовка,
- общая физическая подготовка,
- воспитательная работа,
- самостоятельная работа,
- контрольные испытания,
- правила техники безопасности при занятии пулевой стрельбой.

### **Система контроля:**

1. Промежуточный контроль.
2. Итоговый контроль.

### **Ожидаемые результаты:**

#### *Предметные:*

- овладение комплексом физических упражнений с оздоровительной направленностью;
- приобретение необходимых теоретических знаний в области ОФП;
- овладение приёмами и методами контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;
- повышение физической подготовки учащихся, обучение правильному выполнению упражнений, жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- развития силы, гибкости, ловкости, выносливости учащихся.

#### *Метапредметные:*

- развивать жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях;
- формировать способности конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;

- развивать умения распределять функции и роли в совместной деятельности и осуществлять взаимный контроль;

- развивать потребность и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.

*Личностные:*

- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;

- формировать умения следить за своим самочувствием;

- развивать нравственные и волевые качества, развития психических процессов и свойств личности;

- развивать навыки анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

- формировать умения, направленные на ведение здорового образа жизни;

- содействовать правильному физическому развитию.